

Felicidade no processo de envelhecer

Happiness in the process of aging

Felicidad en el proceso de envejecer

Nadir Antonio Pichler

RESUMO: A felicidade no processo de envelhecer é um fenômeno complexo e multidimensional, porque requer um conjunto de atividades compatíveis com as especificidades da condição existencial natural. Assim, o objetivo do texto é identificar algumas razões que caracterizam a felicidade na longevidade, porque a felicidade, novamente em voga, é uma das principais metas ou propósitos que as pessoas possuem na vida. E a velhice é um período privilegiado para enaltecer e usufruir as qualidades da busca pela felicidade, por meio de grupos de convivência, amigos, cuidado de si, paz e tranquilidade.

Palavras-chave: Felicidade; Envelhecimento humano; Bem-estar subjetivo.

ABSTRACT: *Happiness does not process aging and a complex and multidimensional phenomenon, it requires because human activities set compatible with the specifics of the natural existential condition. Like this, the text of objective and identify some reasons feature a longevity in happiness, because happiness, again in vogue, and one of the main goals or purposes that as people have in life. And a old age is a privileged period paragraph extolling and use as search qualities for happiness through social groups, friends, self care, peace and tranquility.*

Keywords: *Happiness; Human aging; Subjective well-being.*

RESUMEN: *La felicidad en el proceso de envejecer es un fenómeno complejo y multidimensional, porque requiere un conjunto de actividades compatibles con las especificidades de la condición existencial natural. Así, el objetivo del texto es identificar algunas razones que caracterizan la felicidad en la longevidad, porque la felicidad, nuevamente en boga, es una de las principales metas o propósitos que las personas poseen en la vida. Y la vejez es un período privilegiado para enaltecer y usufructuar las cualidades de la búsqueda de la felicidad, por medio de grupos de convivencia, amigos, cuidado de sí, paz y tranquilidad.*

Palabras clave: *Felicidad; Envejecimiento humano; Bienestar subjetivo.*

Introdução

A cultura contemporânea globalizada caracteriza-se, de um lado, pela ausência de um ideal ético, capaz de ser um norte, tanto em termos individuais quanto coletivos. A razão disso é que a civilização perdeu “a consciência de que o significado maior da existência consiste na oportunidade de aperfeiçoamento espiritual que ela proporciona”. (Reale, 1996, p. 135). De outro, em decorrência disso, quando se perde o sentido da existência, quando a vida se estrutura somente em seguir as leis heterônomas e compulsórias do mercado voltado para as coisas, para a produção, distribuição e consumo de mercadorias, desemboca-se, naturalmente, na “civilização do orgasmo”. A busca desenfreada pelo sexo torna-se uma fuga da realidade entediante e vazia do homem atual.

A proliferação das gangues juvenis e os retornos à religião, ao sagrado, mesmo fundamentalista, extremista e radical, “revelam, cada um a sua maneira, a crise ética geral em nossa civilização” (Morin, 2011, p. 29). Assim, a função da ética, da filosofia, seria procurar realizar um ato moral de religação com o outro, com uma comunidade, uma sociedade, com a espécie humana, enfim, com o universo. Há um vazio ético que a cidade, a cultura, o costume e os valores atuais não conseguem preencher. Uma das razões desse vazio é a ausência de religação entre indivíduo, sociedade e espécie humana.

Assim, a época atual caracteriza-se pela busca desenfreada pelo consumo, pelos prazeres, em que as pessoas, inclusive as idosas, pelo seu potencial econômico, são vistas como hiperconsumidoras. Conclama-se, via propagandas, a que se siga o caminho da maioria, porque o critério ético de verdadeiro é fazer o que a maioria das pessoas pensa e faz. O que a maioria segue e faz é bom, é considerado parâmetro moral.

Enfim, “uma nova modernidade nasceu: ela coincide com a ‘civilização do desejo’ que foi construída ao longo da segunda metade do século XX” (Lipovetsky, 2007, p. 11). Nessa perspectiva, a felicidade é identificada pela capacidade de consumo e alienação. É a nova utopia da religião do consumo de massa, o novo bem supremo das sociedades democráticas.

Diante disso, inclusive, nos últimos anos, as propagandas estão incorporando um novo nicho de mercado, com potencialidade iminente, que são as pessoas idosas. Esse segmento populacional também está sendo incorporado no novo perfil de consumidor, denominado *homo consumericus*, o homem consumidor, denominado também de turbo consumidor, hiperconsumidor. O perfil desse sujeito é ser instável, desajustado, flexível, ávido ao novo, ao diferente, liberto das antigas culturas de classes, dos valores sólidos morais, religiosos e cívicos tradicionais, mas carente de novas ideologias, crenças e valores.

Diante disso, o objetivo do texto é identificar algumas razões que caracterizam a felicidade na longevidade, porque a felicidade, novamente em voga, é uma das principais metas ou propósitos que as pessoas possuem na vida.

Para isso, organizamos o artigo em dois momentos. No primeiro, discorreremos sobre razões da felicidade na longevidade, apresentando alguns elementos norteadores da busca da vida feliz nos dias atuais, comparando-os aos ideais traçados pelas éticas antigas. No segundo, analisaremos o bem-estar subjetivo e os bens necessários para a realização humana na velhice, confrontando-os aos bens indicados pela lógica do consumo.

Longevidade e felicidade

Com o crescimento e o desenvolvimento econômico e globalizado, aliado aos avanços científicos e tecnológicos nas últimas décadas, principalmente as pesquisas na área biomédica, engenharia genética e biotecnologia, além do aumento da consciência moral, a humanidade está se deparando com novos e antigos problemas éticos e bioéticos, como o suicídio, a eutanásia, a ortotanásia, o aborto, a eugenia, a violência, o sentido da morte, a superpopulação, o consumo como bem supremo para a felicidade humana, enfim, a felicidade (Pessini, 2014; Pessini, & Barchifontaine, 2014). Por isso, o foco da pesquisa gira em torno das razões da felicidade no processo do envelhecimento humano.

Nas éticas teleológicas antigas e medievais, a felicidade era um dos temas centrais da investigação filosófica. E as pessoas que possuíam boa saúde, disposição física e psíquica, com as necessidades materiais e financeiros satisfeitas, isto é, com habitação, alimentação, vestuário, segurança, inseridas na pólis, na comunidade, conseguiam dedicar-se à busca dos bens da alma, isto é, no equilíbrio nas ações por meio de hábitos bons, buscando sempre a justa medida em todas as ações da vida, principalmente na moderação dos desejos de comer, beber e relações sexuais, na prática das virtudes, no cuidado de si, enfim, à sabedoria, ao bem mais elevado, por meio da contemplação (Aristóteles, 1999).

Atualmente, parece haver uma inversão: aquilo que era meio tornou-se o fim último para o homem na busca insaciável pelo consumo de bens exteriores. Talvez seja essa uma das razões do vazio existencial do homem na contemporaneidade. As pessoas buscam estruturar seus alicerces de ser no mundo, com o mundo e para o mundo, em projetos de vida efêmeras. Nessa forma de civilização efêmera, busca-se concretizar, sempre de forma imediata, o gozo incontido de todos os tipos de prazeres que a vida possa proporcionar, dentre eles, o sexo como o centro referencial de tudo. Ora, sentir prazer na atividade sexual é uma forma peculiar de realização da felicidade humana. Agora, torná-lo o bem supremo da vida, assim como o consumo, é um sinal de desajuste social e civilizacional (Barth, 2008).

Já os bens que propiciam uma felicidade mais duradoura e substancial são os da alma, os valores humanos, ou seja, a busca pelo conhecimento, o autoconhecimento, a efetivação da sabedoria alcançada pelo sábio, a prática das virtudes da coragem, da moderação, da justiça, da equidade, da dignidade, do discernimento ou prudência, da amizade, com alguns amigos leais, humor, cuidado, hospitalidade, solidariedade, espiritualidade, sexualidade, respeito ao outro, com a natureza e com o universo etc. E a velhice é um período privilegiado para enaltecer e usufruir essas qualidades.

Assim, para Silva, Farias, Oliveira, & Rabelo (2012), a descrição de padrões de envelhecimento deve ser entendida como uma orientação geral para observação de tendência, e não como o estabelecimento inequívoco de categorias independentes. E os critérios adotados para o estabelecimento desses padrões combinam longevidade, presença de patologias e conservação de mecanismos adaptativos do organismo.

As ocorrências das alterações vivenciadas na velhice fizeram emergir inúmeros estereótipos e ideias preconcebidas acerca do declínio funcional e das modificações biopsicossociais que ocorrem nesse período.

Nesse sentido, o envelhecer e ser idoso estão ligados a uma denominação depreciativa, o que pode propiciar o aparecimento de crenças negativas a respeito dessa fase da vida.

Diante desse cenário, em que se projeta uma taxa de crescimento baixo na população jovem e altíssimo para o contingente de idosos, é que os responsáveis pela elaboração de políticas públicas devem se voltar. Pois, assim, poderão criar condições favoráveis para que os idosos tenham qualidade de vida assegurada sem, contudo, pôr em risco a saúde financeira de um país. A avaliação da qualidade de vida tem valor comprovado na saúde do idoso, quanto a seu enfraquecimento funcional, morbidade e incapacidade. Tal avaliação também pode ser utilizada para refletir o estado de saúde de grupos jovens, mesmo quanto aos estados de morbidade, incapacidade e enfraquecimento funcional. Esta avaliação é feita baseada no nível de atividade física desempenhada por um indivíduo, que está relacionada diretamente ao estado de saúde (Correa, Borba-Pinheiro, & Dantas, 2013).

Sendo as crenças existentes na atual sociedade prejudiciais e distorcidas, isso pode afetar a representação desta fase do desenvolvimento e influenciar diretamente na forma que os idosos vivenciam este momento, na sua auto-estima, auto-imagem, na aceitação das próprias limitações e no seu bem-estar psicológico. Por outro lado, é possível uma ressignificação desse processo do desenvolvimento, possibilitando que a velhice seja vista como um processo peculiar à pessoa idosa, em consonância com sua história de vida e com a representação da velhice presente na sociedade, de forma que se considerem também as experiências adquiridas por ela, suas potencialidades, contribuições e acréscimos ao longo da vida.

Bem-estar subjetivo e os bens necessários para a realização humana na velhice

Os estudos acerca da felicidade, ou do bem-estar subjetivo (BES), ganharam novamente impulso com o redespertar da arte, da filosofia, da religião, da moral, da política etc., a partir das décadas de 1980 e 1990.

Além disso, com o advento da psicologia positiva (Seligman, & Csikszentmihalyi, 2000), o tema da felicidade está sendo discutido na perspectiva de um foco diferente: da reparação de aspectos negativos e das doenças para a promoção da saúde e de aspectos positivos do ser humano.

Assim, o termo “felicidade” tem sido traduzido por bem-estar subjetivo. Logo, o construto bem-estar subjetivo (BES) tem sido concebido como o estudo da felicidade, estando fortemente relacionado à promoção de saúde.

A felicidade pode ser compreendida como a predominância da frequência de ocorrência de experiências emocionais positivas sobre as negativas. A qualidade de vida é subdividida em duas dimensões: bem-estar objetivo (*welfare*), que abarca as circunstâncias objetivas da vida (renda, educação, saúde, lazer, transporte, entre outros domínios) e bem-estar subjetivo (*well-being*), explicitado pelas experiências subjetivas da vida, pela busca de realização pessoal, social e profissional. O estudo do bem-estar subjetivo (BES) tem como escopo central compreender a avaliação que as pessoas fazem de suas vidas, podendo receber outras denominações, tais como felicidade, satisfação, estado de espírito, afeto positivo, sendo também considerado por alguns autores como avaliação subjetiva da qualidade de vida. Por isso, há uma tendência contemporânea para relacionar a felicidade ou BES à promoção de saúde (Scorsolini-Comin, & Santos, 2010).

Assim, historicamente, nas éticas teleológicas antigas e medievais, intrínseco à criatura racional, à pessoa, há uma predisposição para um fim bom, capaz de movê-la em busca da felicidade humana. Por isso, a felicidade ou o BES é o fim último do homem, o bem supremo almejado por todas as pessoas e todos os grupos sociais no decorrer de sua existência.

Dessa forma, a felicidade, novamente tão em voga, mas agora estruturada para outros valores e finalidades, como o consumo de mercadorias, de bens e serviços, foi um tema central nas éticas teleológicas. Ela era constituída como o bem supremo e o fim último do homem, quando os bens do corpo, os exteriores, as riquezas, a beleza física, a saúde, a honra etc., eram os meios para o fim último.

Nessa perspectiva, o dinheiro e os bens materiais, tão enaltecidos e buscados atualmente, são necessários, por serem meio para alcançar os valores da alma, porque o fim, o bem supremo, a felicidade, transcende a vida ativa, o apego aos bens exteriores e os problemas existências familiares, sociais, culturais, religiosos, financeiros.

Mas todos estes e outros bens exteriores, também chamados de bens coadjuvantes, tão necessários para a sobrevivência do mundo globalizado e da humanidade, inacessíveis para muitos, são considerados *meio* para a felicidade e não *fim* (fim no sentido de busca, de projeto de vida).

Eles trazem e satisfazem o bem-estar material e o bem-estar psicológico para a pessoa humana, tese corroborada, atualmente, pelo filósofo francês atual Luc Ferry (2004). Portanto, os bens exteriores geram uma felicidade provisória, incompleta, efêmera.

Nessa direção, uma pessoa que usufruía de boa saúde, disposição física, com alguns recursos materiais e financeiros, conseguia dedicar-se à busca dos bens interiores, da alma, isto é, no equilíbrio nas ações, na prática das virtudes, no cuidado de si, no conhecimento e autoconhecimento, enfim, à sabedoria, ao bem mais elevado, por meio da contemplação.

Atualmente, parece haver uma inversão: aquilo que era meio tornou-se o fim último para o homem na busca insaciável pelo consumo de bens exteriores. Talvez seja essa uma das razões do vazio existencial do homem na contemporaneidade. Os bens que propiciam uma felicidade mais duradoura e substancial são os bens da alma, os valores humanos, ou seja, a busca pelo conhecimento, o autoconhecimento, a efetivação da sabedoria alcançada pelo sábio, a prática das virtudes da coragem, da moderação, da justiça, da equidade, da dignidade, do discernimento ou prudência, da amizade, alguns amigos leais, do humor, do cuidado, da hospitalidade, da solidariedade etc. E a velhice evidencia-se como um período privilegiado para enaltecer e usufruir essas qualidades (Lipovetsky, 2007).

Nessa ótica, se pessoas e grupos conseguem estruturar uma vida voltada para o prazer de viver bem, no cuidado da alma, buscando a tranquilidade da alma, que é o bem-estar subjetivo, pelo convívio familiar, com os amigos, vizinhos e a prática das virtudes cívicas, tornando-se um cidadão ativo e responsável pelos rumos da pólis ou da cidade, há uma maior possibilidade de ser mais feliz.

A felicidade, de acordo com o itinerário da matriz ética grega, é, pois, uma atividade considerada o bem supremo do homem, o fim último do homem, no sentido que não há bem maior a ser alcançado no decorrer da existência. O homem não nasce feliz. Ele se torna feliz por meio da concretização de hábitos bons, isto é, pela prática de virtudes da coragem (*andreia*), da moderação (*sophrosynê*), de amizade (*philía*), da justiça (*dikaiosynê*), da sabedoria (*sophia*).

Assim, de acordo com um estudo realizado sobre vivências de felicidade de pessoas idosas, Luz e Amatuzzi (2008) constataram que a dimensão familiar e a dimensão laboral possuem grande importância, sendo fontes de felicidade.

Verificou-se que a velhice pode ser um período prazeroso, com projetos e realizações, embora esteja diretamente ligada à qualidade de vida, a velhice pode ser um período de liberdade e de experiência acumulada, ocasionando maior grau de especialização e capacitação com o desenvolvimento de projetos de vida e de potencialidades. Os alicerces da velhice bem-sucedida são fundados em estilos de vida que mantêm o corpo e a mente saudável através do exercício, bons hábitos de nutrição e envolvimento em atividades interessantes que desafiam a mente. O desenvolvimento desses hábitos relaciona-se com a educação e as atitudes da família e amigos que valorizam a vida saudável e produtiva. O envelhecimento adequado também se relaciona com o fato de, na meia-idade, aprenderem-se técnicas de redução do *stress* (Nobre, Reis, Castro, & Lapa Esteves, 2013).

O envelhecimento psicológico tem relação com o esforço pessoal contínuo na busca do autoconhecimento e do sentido da vida, possibilitando uma redução da vulnerabilidade nesta fase (Moraes, E.N., Moraes, F.L., & Lima, 2010).

E ainda, nesse contexto, D'Araújo, Alpuim, Rivero, & Marujo (2015) afirmam que há uma adaptação do ser humano ao longo da vida, tal como descrito pelo Modelo da Seleção, Otimização e Compensação, SOC, em que Seleção é um processo em que se estabelecem metas pessoais; a Otimização refere-se à aquisição e à aplicação de meios relevantes para atingir melhores níveis de funcionamento; na Compensação são geridas as perdas já verificadas, passíveis de antever e/ou previsíveis.

A busca pelos bens da alma são mais valorizados e buscados a partir de uma certa idade na vida da pessoa humana, principalmente na velhice. Nessa fase, as pessoas idosas, principalmente nos grupos de convivência, buscam valores com fim em si mesmos, como a amizade, a alegria, a felicidade.

Um estudo recente corrobora essa tese clássica e atual. Dois pesquisadores americanos, Hill e Turiano (2014), desenvolveram uma pesquisa longitudinal, qualitativa, do processo do envelhecimento humano, com mais de 6000 pessoas, entre 20 a 75 anos de idade. Dentre as informações procuradas, os participantes foram convidados a fornecerem dados como se tinham ou não um propósito ou um projeto de vida, ou seja, metas, ambições, se mantinham relacionamentos com os outros, com que frequência manifestavam sentimentos negativos, como desespero e nervosismo, e positivos, como alegria de viver, tranquilidade, calma, e como otimismo poderia propiciar uma maior longevidade.

Dentre os resultados, identificaram que, quem tem um propósito na vida, vive mais tempo, com mais disposição, saúde física e psíquica e bem-estar emocional, com um risco de 15% de menos possibilidade de morrer do que aquelas pessoas sem propósito na vida.

No Brasil, um estudo com três pessoas idosas chegou a uma conclusão semelhante:

Verificou-se que a velhice pode ser um período prazeroso, com projetos e realizações. Embora esteja diretamente ligada à qualidade de vida, a velhice pode ser um período de liberdade e de experiência acumulada, ocasionando maior grau de especialização e capacitação, com o desenvolvimento de projetos de vida e de potencialidades (Luz, & AmatuZZi, 2008, p. 307).

Essas pesquisas evidenciam, portanto, mesmo requerendo investigações mais aprofundadas, que a felicidade tão almejada, totalmente romântica, perene, total e absoluta, muitas vezes apresentada pela festa do consumo, por meio das propagandas, pelos filmes e romances, não existe. O que podemos alcançar são momentos preciosos, mais ou menos intensos, acompanhados de prazeres intelectuais e emocionais, denominados de felicidade. Tudo isso é resultado de esforço, de conquista, assim como a aprendizagem (os conhecimentos) e as habilidades práticas. Assim, os bens exteriores são *meio* para ser feliz e não o *fim* da vida humana, que é dado pelos bens interiores, da alma.

Considerações finais

A busca pela felicidade, o bem supremo na vida de uma pessoa, sempre foi algo almejado. Nas éticas antigas, era um tema recorrente, palco de muitas pesquisas e discussões. Atualmente, devido aos progressos econômicos, políticos, culturais e tecnológicos da humanidade, a felicidade novamente está em voga, naturalmente estruturada em outros valores. Para muitos, ela restringe-se ao ato de trabalhar, produzir, ganhar dinheiro, consumir, seguir a moda, satisfazer os desejos de forma compulsiva e imediata etc.

A busca por uma felicidade mais consistente, porém, segue referências mais profundas, como a realização pessoal, execução de um projeto de vida com propósitos enaltecendo-se qualidades subjetivas ou da alma, como o cuidado de si, a auto-estima, o auto-conhecimento, a satisfação racional dos desejos e prazeres, a participação em grupos de convivência, a saúde integral, a alimentação saudável, a superação dos vícios, a atividade física, a memória ativa, a autonomia, a dignidade, a sexualidade, a espiritualidade etc.

Por isso, a Organização Mundial da Saúde prima e solicita medidas urgentes de políticas de saúde (e poderíamos acrescentar de felicidade) para pessoas idosas: “Em todos os países, e especialmente nos países em desenvolvimento, medidas para ajudar pessoas mais velhas a se manterem saudáveis e ativas são uma necessidade, não um luxo” (WHO, 2005, p. 8).

Referências

- Aristóteles. (1999). *Ética a Nicômacos*. M. G. Kury, Trad. (3a ed.). Brasília, DF: Editora Universidade de Brasília.
- Barth, W. L. (2008). *Pós-modernidade, religião e ética*. Porto Alegre, RS: EST.
- Correa, D. G., Borba-Pinheiro, C. J., & Dantas, E. H. M. (2013). Qualidade de vida no envelhecimento humano. *Revista PRAXIA*, UEG, 1(1), 38-45, jan. Recuperado em 01 outubro, 2015, de: http://www.academia.edu/8755675/Qualidade_de_vida_no_envelhecimento_humano.
- D'Araújo, M. A.de, Alpuim, M., Rivero, C., & Marujo, H. Á. (2015). Possibilidades para envelhecer positivamente: Um estudo de caso com base na psicologia positiva. *Revista E-Psi*, v. 5, n. 1, p. 44-45. Recuperado em 01 dezembro, 2015, de: http://apeipp.com/pages/eventos/d-Araujo-et-al-2015_Possibilidades-para-Envelhecer-Positivamente.pdf.
- Ferry, L. (2004). *O que é uma vida bem-sucedida?* Ensaio. Karina Jannini, Trad. Rio de Janeiro, RJ: DIFEL.
- Hill, P. L., & Turiano, N. A. (2014). People who feel they have a purpose in life live longer. *Ottawa, Canada: Psychological Science*, 25(7), 1482-1486.
- Lipovetsky, G. (2007). *A felicidade paradoxal: ensaio sobre a sociedade do hiperconsumismo*. Maria Machado, Trad. São Paulo, SP: Companhia das Letras.
- Luz, M. M. C., & Amatuzzi, M. M. (2008). Vivências de felicidade de pessoas idosas. Campinas, SP: *Estudos de Psicologia*, 25(2), 303-307. Recuperado em 01 outubro, 2015, de: <http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v25n2/a14v25n2.pdf>.
- Moraes, E. N. de, Moraes, F. L. de, & Lima, S. de P. P. (2010). Características Biológicas e Psicológicas do Envelhecimento. *Revista Médica de Minas Gerais*, 20(1), 67-73. Recuperado em 1 outubro, 2015, de: http://www.observatorionacionaldoidoso.fiocruz.br/biblioteca/_artigos/197.pdf.

- Morin, E. (2011). O método 6: Ética. Juremir M. da Silva, Trad. (4^a ed.). Porto Alegre, RS: Sulina.
- Nobre, S., Reis, S., Castro, F. V., & Lapa Esteves, M. (2013). Felicidade: Amor e Arte. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista de Psicologia*, 2(1), 421-430. Recuperado em 01 outubro, 2015, de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349852173031>.
- Pessini, L. (2014). Bioética, espiritualidade e a arte de cuidar em saúde. In: Siviero, I., & Rosin, N. (Orgs.). *Envelhecimento humano, espiritualidade e cuidado*, vol. II: *Espiritualidade e missão*, 31-83. Passo Fundo, RS: IFIBE.
- Pessini, L., & Barchifontaine, C. de P. de (Orgs.). (2014). *Bioética, cuidado e humanização: Sobre o cuidado respeitoso*. São Paulo, SP: Loyola, São Camilo e Centro de Estudos, v. II.
- Reale, M. (1996). *Paradigmas da cultura contemporânea*. São Paulo, SP: Saraiva.
- Scorsolini-Comin, F., & Santos, M. A. dos. (2010). O estudo científico da felicidade e a promoção da saúde: revisão integrativa da literatura. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 18(3), 189-196. Recuperado em 01 outubro, 2015, de: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v18n3/pt_25.pdf.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: an introduction. *American Psychologist*, 55(1), 05-14. Recuperado em 01 outubro, 2015, de: <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>.
- Silva, L. C. C., Farias, L. M. B., Oliveira, T. S. de, & Rabelo, D. F. (2012). Atitude de idosos em relação à velhice e bem-estar psicológico. São Paulo, SP: *Revista Kairós Gerontologia*, 15(3), 120-128. Recuperado em 01 outubro, 2015, de: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/13798/10187>.
- World Health Organization. (2005). *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. Suzana Gontijo, Trad. Brasília, DF: Organização Pan-Americana da Saúde.

Recebido em 24/04/2016

Aceito em 30/06/2016

Nadir Antonio Pichler - Formado em Filosofia. Mestre e Doutor em Filosofia pela PUCRS. Professor e pesquisador da Universidade de Passo Fundo e Docente do Mestrado em Envelhecimento Humano. Passo Fundo, RS, Brasil.

E-mail: nadirp@upf.br